

## 企業の中の女性 ―しなやかに道を拓く

山口一美

### はじめに

ただいまご紹介いただきました山口でございます。どうぞよろしくお願いいたします。  
「企業の中の女性―しなやかに道を拓くとは」というタイトルで、自分が置かれた環境の中で柔軟に対応しながら道を拓いていくにはどうすればよいのか、先輩としてお話をさせていただきたいと思っております。首藤宣弘教授よりキャリアとは「自分らしい生き方」であり、そのためにどのような知識・技術を身につければよいかを考え実践することがキャリアデザインであるというお話がありました。そのお話のように私が自分らしい生き方をするために、どのようなキャリアデザインを行ってきたのか、お話をさせていただきます。

### 1. 働きながら学ぶ

#### (1)仕事を通して気づいたこと

私のキャリアは、働きながら学ぶ中で、仕事を通して気づいたことを一つ一つ実行してきたことが次のキャリアにつながっています。

最初のキャリアは、日本航空の国際線のスチュワーデスとして仕事をしたことにはじまります。その仕事を通して気づいたことはたくさんありました。

まず1点目は、私の英語力が非常に不足しているということを実際の仕事について改めて気づいたことです。例えば機内で外国の方に歌舞伎や能楽について聞かれても、私は全く答えられないということが何回もありました。高校では英会話の授業を受けたことがなかった私は、機内業務で使う英会話がやっとという状態だったのです。したがって難しいことを聞かれても英語で説明することは不可能でした。さらに気づいたことは、英語力の不足以前に、歌舞伎や能楽といった日本の伝統芸能について、そしてなによりも自分の国である日本についてあまりにも私は知らないということに気づきました。自分の国について勉強する必要性を強く感じました。

2点目は、言葉以外の行動である非言語的行動の重要性について気づいたことです。訓練所ではお辞儀や挨拶の仕方など厳しく教育されます。笑顔は相手の目をみて口の両わきにある口角をしっかりと上げて表わすこと、相手にわかる笑顔を表わしなさいと言われていました。私はそこまでしなくても普通に笑顔を表わせばいいのではと内心思っていました。しかし仕事について、それらの非言語的行動がときには言葉以上にその意味することを伝える重要な行動であることに気づきました。

例えば、飛行機にお乗りになった方はよくご存じだと思いますが、飛行機はときには乱気流に入ってしまう、大変揺れることがあります。私が乗務していたときにも非常に大きく揺れたことがありました。シートベルトのサインが表示され、私も乗務員席に座りシートベルトをしめました。10分ぐらい揺れが続き、何人かのお客様は不安になったのでしょうか、振り返って後方の乗務員席に座っていた私の顔を不安そうなまなざしで見たのです。私はお客様の目を見てにっこり笑顔を返しました。その後飛行機は目的地に無事到着し、先ほど私の顔を見たお客様は「あのとき君が笑ってくれたので、この飛行機は墜ちない、

大丈夫なんだと思ったよ」、「肝を冷やしたけれど、楽しく乗ることができたのはきみの笑顔のお陰だよ」と声をかけてくださいました。これらの言葉を聞いて、私はたった一つの笑顔が人を安心させる効果があることに気づき、非言語的行動の重要性を認識しました。

その後、結婚のため日本航空を退社し、夫の転勤で米国に行き、そこで短期大学で学びました。帰国後は上智大学で学んだあと、航空、旅行、ホテルなどサービス業を希望する学生を指導する専門学校に勤務いたしました。専門学校ではゼミや授業を担当していましたが、勤務年数が長くなるにつれ、仕事に必要なとされる能力が変化してきたことに気づきました。先生方をまとめるためのリーダーシップや企画を提案するためのプレゼンテーション能力が必要となってきたのです。また企業研修も担当することになり、経験論だけで仕事をすることに限界を感じはじめました。単なる経験論だけでなく、その経験論を裏づける理論や科学的な根拠を知ることができれば、私はもう少し自信をもって研修を行うことができるのではないかと考えました。

そこで私は昭和女子大学大学院に入学し、伊藤セツ教授、小口孝司助教授をはじめとする多くの素晴らしい先生方にご指導いただきました。昭和女子大学大学院で学んだことは私にとって非言語的行動の機能や役割を理解するだけでなく、学ぶことの楽しさを知る契機となりました。その結果、非言語的行動についてさらに研究を続けていきたいと考えはじめました。その頃専門学校で私は教官長をしておりましたが、キャリアに行き詰まりを感じ、次のキャリアアップを図りたいと思っていました。同時に自分のアカデミックな知識や能力がキャリアアップするには不十分であることも気づいていました。また研修についても専門学校が考えるプログラムではなく、私なりの研修方法で行ってみたいという気持ちがありました。そこで、私は独立し会社を設立することを決意するとともに、立教大学大学院の博士課程に進学することを決意いたしました。

独立をして企業研修を続けている中で気づいたことがあります。それは、勉強したことが仕事に直接役に立つということです。例えば、皆さんは私たち人間が本当にうれしいと思っているときの笑顔は、どのような筋肉が使われているかご存知ですか。図1を見てください。人が心からうれしいと感じたときに表わされる笑顔は、図1にある左右の頬骨から口の両端まで伸びている筋肉の大頬骨筋と目の回りを囲んでいる眼輪筋の外側の筋肉が収縮されて表わされているのです。初めて会ったときに怖い人に見えたと言われ、第一印象で大変損をしている方がいます。その方は本人が笑顔で挨拶をしているつもりでも大頬骨筋や眼輪筋をきちんと収縮させていないために、表わした笑顔が相手に心からの笑顔として映っていないことが理由の1つとしてあげられると思います。研修ではそのような方に表情訓練を行なって、表情筋を

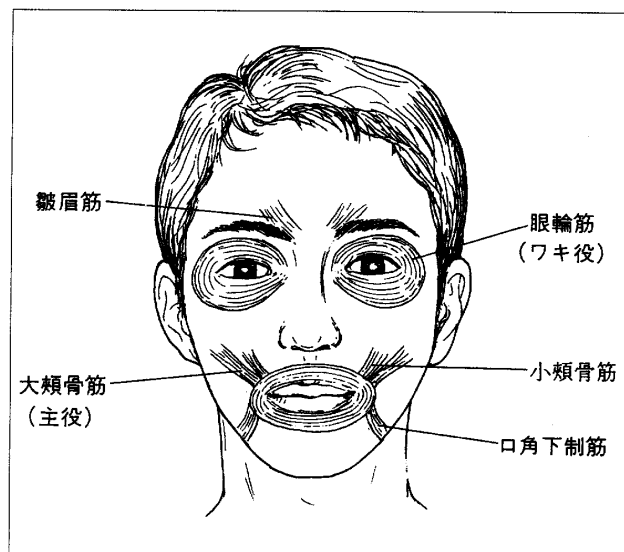


図1 笑顔の眼輪筋と大頬骨筋

(出所：志水彰・角辻豊・中村真著『人はなぜ笑うのか』講談社 1994 75ページを一部改変)

鍛えることをお勧めしています。表情筋を訓練することで本当にうれしい気持ちを相手に理解されるように笑顔で表わすことができるようになります。

ある社会心理学者たちは、実験参加者にフェルトペンを前歯にくわえ大頬骨筋を収縮させて笑顔の表情をつくるよう求め、本人の感情がどのように変化するかを検討しています。そこではフェルトペンを前歯にくわえて笑顔の表情をつくり漫画を読んでもらった場合と、フェルトペンを唇だけでくわえ大頬骨筋を収縮させない表情で漫画を読んでもらった場合にどちらがより漫画が面白いと感じたかを比較しました。その結果、フェルトペンを前歯でくわえ笑顔の表情をつくりながら漫画を読んだ方が、はるかに漫画がおもしろいと感じたという結果がだされています。笑顔の表情をつくることで、楽しいという感情が湧いてきたのです。日常生活の中でも疲れているときに、鏡に向かって「さあ、頑張るぞ」とにこっと笑うと元気になることがあります。それを説明するときに、この研究結果は説得力があります。

私は独立して仕事をしながら大学院の博士課程に在籍し勉強を続けてきましたが、そこで気づいたのは継続することの重要性でした。すこしずつでも継続することで最終的に博士の学位を取得することができました。

## (2)働きながら学ぶことのメリット・デメリットについて

働きながら学ぶことのメリットは、第1に働く現場での疑問に直結した研究ができ、その結果を現場にフィードバックできることです。第2に職場と大学院という2つの集団に所属しているため、それぞれの集団を連結する役割を果たすことができます。職場での問題を大学院に持っていき院生に話をし、院生からヒントをもらいます。それを職場に持ちかえり、職場の人間にわかるように話をします。これはリーダーシップの育成にもつながります。つまり人に協力をあおぐために自分が何をしたいのかを適切に伝えるというコミュニケーション能力は、リーダーシップを発揮する際に非常に重要となるからです。第3に時間管理ができるようになります。限られた時間の中で仕事も勉強も行うため必然的に時間管理が上手になるのです。

デメリットは時間的な制約があることです。そのことをわかった上で、効率良く仕事も勉強も行っていくことが重要となります。それができないと両方が中途半端になることがあるということです。

## 2. 自分らしさとキャリア形成

### (1)今までのキャリア開発論

さて、私は働きながら学ぶという方法でキャリア形成をしてきました。しかし、人によっては他の方法が適しているという方もいらっしゃるでしょう。その人に合った学び方や働き方で、自分らしいキャリア形成を行っていくことが大事であると思います。

それでは自分らしいキャリア形成とは何でしょうか。今までのキャリア開発論には、スーパーやシャインなどによる発達段階における自己概念の確立を強調するキャリア開発論や、ホランドによる本人の興味と仕事の特性を結びつけるキャリア開発論などさまざまな開発論があります。しかし環境がこれだけ変化する時代の中では、今までとは異なるキャリア開発論が必要なのではないかと思っています。

## (2)これからのキャリア開発論と自分らしいキャリア形成

これからのキャリア開発論については、慶應義塾大学の花田光世教授らのキャリア・リソース・ラボラトリーで紹介されているキャリア自律の開発論から有益な示唆を得ることができます。キャリア自律とは、「めまぐるしく変化する環境の中で、自らのキャリアの構築と継続的な学習に積極的に取り組む生涯にわたるコミットメント」と定義されています。つまりキャリアを形成していくプロセスを重視しているのです。そしてそのプロセスを特徴づける要件を6つあげています。まず第1に気づきをあげています。これは自分の強みと弱み、性格などに気づくことです。第2に価値観です。自分は何を大切と考えているのか、価値観は何かに気づくことが必要であるということです。第3に継続的な学習をあげています。能動的な行動を起すために継続的な学習が重要なのです。第4に未来志向です。ポジティブな姿勢や考え方をもつことです。第5にネットワーキングです。新しいネットワークづくりに取り組むことです。第6に柔軟性です。現実に対する柔軟な対応をするということです。これらの要件を満たすようにキャリアを作っていく。このプロセスがキャリア自律であるとしています。このように日常生活の中で自分の強みや弱みに気づき、自分の価値観に照らし合わせながら能動的な行動をおこしていく。未来志向を持ち、いろいろな人々とかかわりながら生涯にわたってキャリア形成をしていくことが環境の変化に対する能動的な姿勢をもち続けることであり、それが自分らしいキャリア形成につながっていくのではないのでしょうか。

しかし言葉で言うのは楽ですが、実際に行うのは難しいと思っている方がこの会場の中にもいらっしゃるかと思います。確かに難しいかもしれません。しかし、まだこれら6つの要件を実際には実行していないわけですので、難しいかどうかは評価できないと思います。大事なことは、1つでもよいからできることから実行してみること、それがキャリア形成、キャリアデザインであると思います。あきらめず、しなやかに自分の道を切り拓く努力をしていくことによって、誰もが自分らしいキャリア形成を行うことができると私は信じています。

(やまぐち かずみ (株)アサップ代表取締役 立教大学大学院講師)

第11回秋桜祭参加の第14回女性学公開講座は、71名（内訳：学生・院生20名、本学教職員21名、本学卒業生8名、学外者22名）の参加により、盛会に終わった。世田谷区勤務・在住の30代女性や女性社員支援プロジェクトの構成員である男性の参加が目立ち、関心の高さを反映していた。講演後の質疑応答では、会場内から多くの活発な発言が飛びかい、場所をプレリウドに移しての情報・意見交換の場では、次回の講演や研究会の問い合わせもあった。回収したアンケートの中には、「第2の職業に向けてプラス思考と柔軟性、ネットワーキングを大事にしていきたい」との50代女性、「主婦業の母親とは違う人生を歩んだ卒業生の貴重な話が大変参考になった」「マイナス思考ではなく前向きに進んでいくことが成功の秘訣なのだと改めて実感した」との在学生等から多くの感想が寄せられた。